



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 15 декабря 2022 г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
<b>завтрак</b>								
Биточки рыбные	65	4.33	0.51	0.43	80	4.94	0.58	0.49
Картофель отварной	118	3.34	4.6	14.8	130	4.1	5.7	19.87
Овощи отварные (Свекла)	60	1.88	4.48	13.0	80	2.19	5.23	15.1
Чай с лимоном	185	0.06	0.009	13.7	200	0.07	0.01	15.31
Гренки с сыром	50	4.68	4.77	17.6	50	6.24	6.36	23.52
<b>10.00</b>								
Сок	100	0.01	-----	0.09	100	0.01	-----	0.09
<b>Обед</b>								
Суп картофельный вегетарианский	150	0.66	4.21	5.47	200	1.1	7.02	9.12
Птица тушенная	65	18.5	14.5	4.0	75	21.1	16.5	4.5
Отварные макароны	94	3.68	3.53	23.55	122	5.52	5.3	35.3
Горошек зеленый т/о	30	0.6	2.72	4.17	30	1.25	5.44	8.34
Компот из с/ф	155	0.5	-----	25.1	186	0.56	-----	27.89
Хлеб	30	3.2	0.4	19.52	40	4.05	0.5	24.4
<b>ПОЛДНИК</b>								
Молоко т/о	147	5.0	5.7	8.4	177	5.59	6.38	9.38
Крендель сахарный	49	4.15	2.9	39.2	68	4.9	3.38	45.7
Фрукты	100	0.8	0.8	45.42	100	0.8	0.8	45.42
<b>ужин</b>								
Каша рисовая молочная	147	3.34	4.6	14.8	196	4.1	5.7	19.87
Яйцо отварное	49	6.2	5.3	0.56	49	6.2	5.3	0.56
Кофейный напиток с молоком	180	1.94	1.89	21.6	199	2.18	2.1	24.0
Хлеб	30	2.43	0.3	14.64	40	3.2	0.4	19.52

Ответственный за составление меню

*З/р*

/Зражаева Ю.С./